

Entspannt in die OP

Ein Praxisprojekt der positiven Suggestion

Doris von Däniken, Expertin Anästhesiepflege NDS HF LUKS Luzern, doris.vondaeniken@luks.ch

Martina Helfenstein, Pflegeexpertin APN, cand. MScN, Expertin Anästhesiepflege NDS HF LUKS Luzern, martina.helfenstein@luks.ch

Priska Zberg, Dr. med., Oberärztin Anästhesie LUKS Luzern, priska.zberg@luks.ch

Luzia Vetter, Pflegeexpertin APN MScN, Expertin Anästhesiepflege NDS HF LUKS Luzern, luzia.vetter@luks.ch

Hintergrund

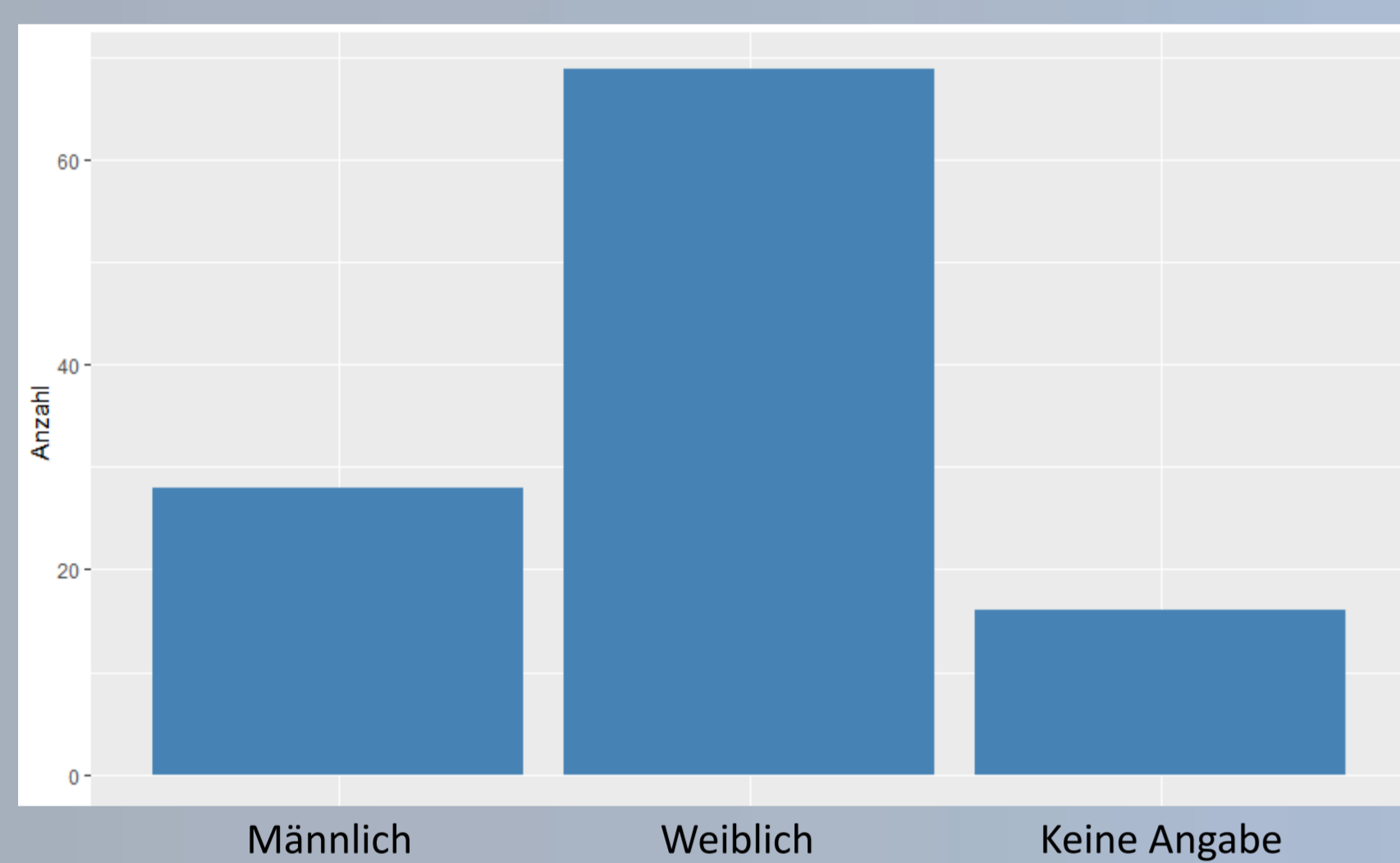
In randomisierten kontrollierten Studien, systematischen Reviews und Meta-Analysen konnte nachgewiesen werden, dass Musik oder auch positive Suggestionen, welche prä-, intra- und postoperativ gehört wurden, eine positive Auswirkung auf verschiedene Behandlungsergebnisse haben. Diese Intervention mindern postoperative Schmerzen signifikant^{1-3, 4}, reduzieren den postoperativen Verbrauch von Analgetika^{1, 3} und verbessern die postoperative Nausea und Erbrechen.¹ Mit positiver Suggestion konnten zusätzlich präoperative Ängste reduziert werden.^{2, 4, 6}

Methode: Praxisprojekt

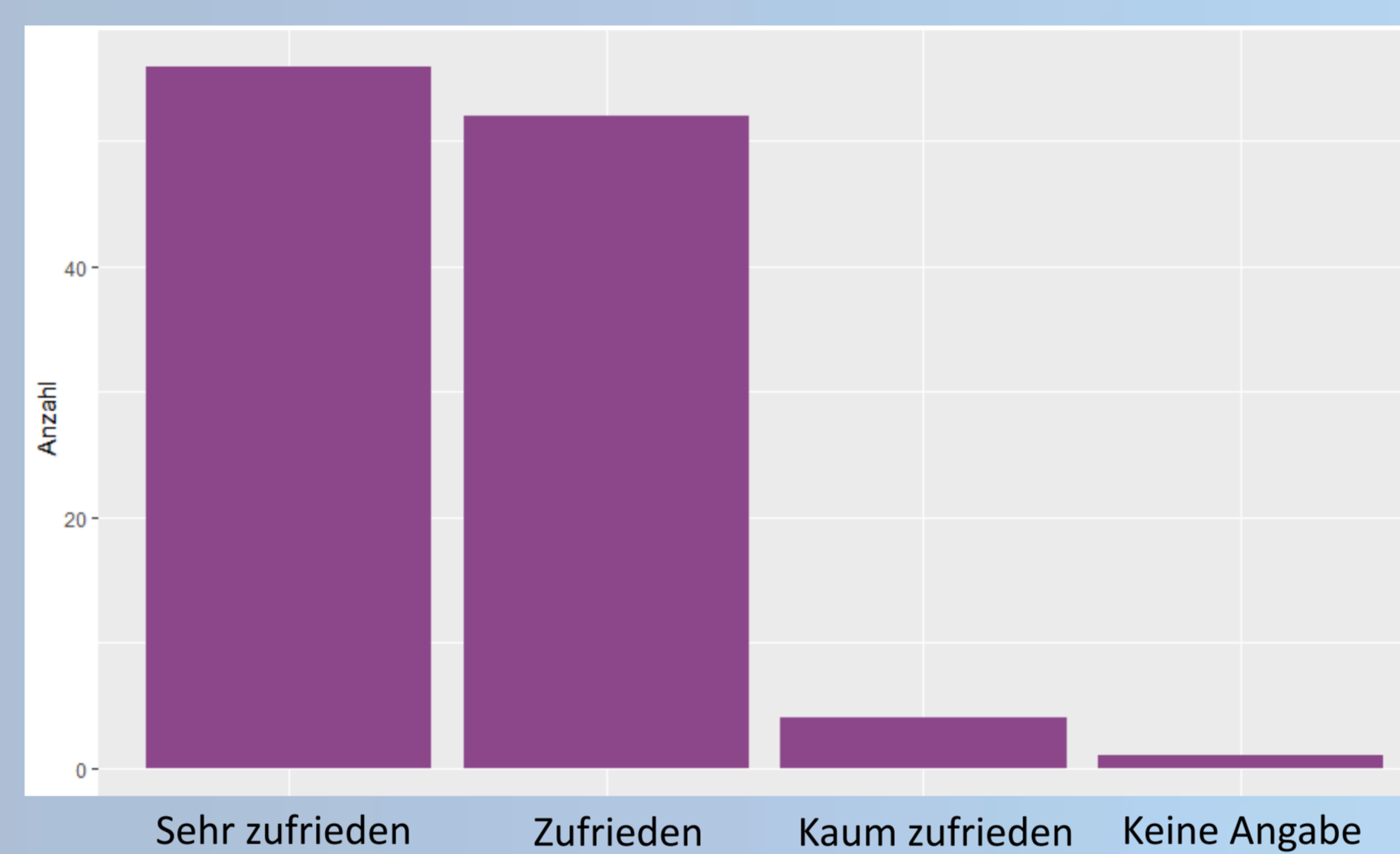
Aufgrund der positiven Outcomes in der Literatur wurde am Luzerner Kantonsspital am Standort Luzern ein Praxisprojekt mit positiver Suggestion gestartet. Als Pilotstation wurde diese Intervention im ambulanten Operationszentrum eingeführt und evaluiert. Das Ziel dieses Projekts ist die Intervention der positiven Suggestion und Selbsthypnose systematisch in das Setting der Anästhesie zu integrieren. Patientinnen und Patienten erhalten somit die Gelegenheit, einen aktiven und bewussten Beitrag zu ihrem Heilungsprozess zu leisten. Eine Audiodatei mit positiven Suggestionen zur Selbsthypnose wurde dazu erstellt. Mit dem Aufgebot zur Operation erhielten die Patientinnen und Patienten ein Informationsschreiben über dieses Angebot, welches ihnen am Operationstag zur Verfügung gestellt wird. Zur Evaluation wurde eine schriftliche Patientenbefragung der teilnehmenden Personen durchgeführt.

Resultate

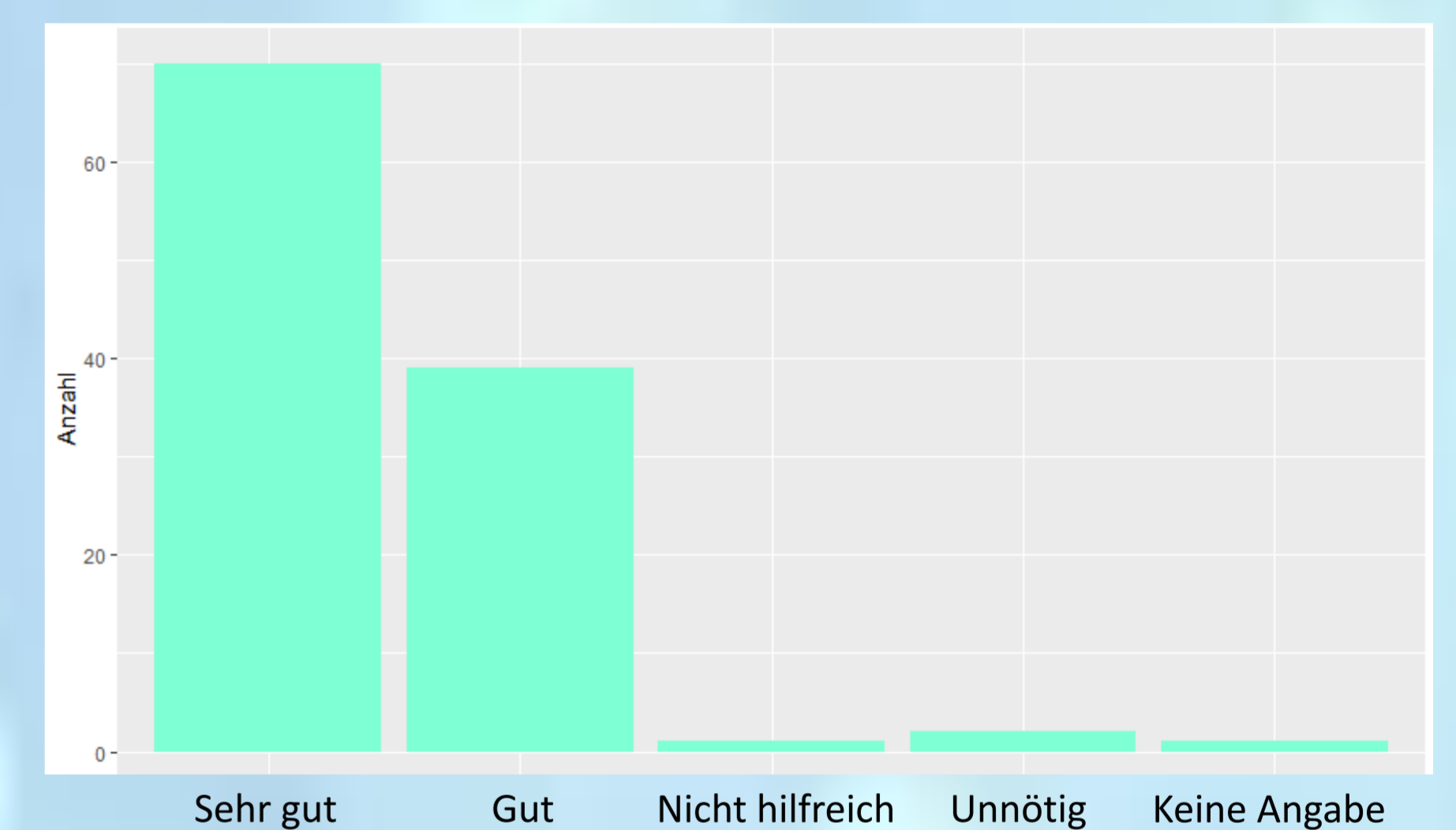
Geschlechterverteilung



Zufriedenheit mit positiver Suggestion



Angebot



Insgesamt haben 107 Personen innerhalb von drei Monaten an dieser Umfrage teilgenommen. Es wurden nur Patientinnen und Patienten, welche vom Angebot Gebrauch gemacht haben, befragt. Der Fragebogen enthielt sowohl quantitative wie auch offene Fragen. In der quantitativen Analyse wurde ersichtlich, dass das Angebot vornehmlich von Frauen angenommen wurde. Etwa 90% gaben an, dass das Angebot einen positiven Einfluss hatte, und sie würden es bei einem zukünftigen Eingriff erneut nutzen. Mehr als 50% der Befragten hatten keine Schmerzen postoperativ und mehr als 80% gaben keine postoperative Nausea an. In der qualitativen Auswertung zeigten sich überwiegend positive Rückmeldungen. Es wurde betont, dass die Selbsthypnose als effektive Ablenkung empfunden wurde, zur Gelassenheit und Ruhe beitrug, sowie die Ängste vor dem Eingriff minderte. Ebenso konnten auch einige Verbesserungsvorschläge entgegengenommen werden, unter anderem bezüglich dem Wunsch nach entspannender Musik nach den Suggestionen.

«Das Tonband hat mich sehr beruhigt, hat mir ein wenig die Angst genommen. Tolles Angebot. Vielen Dank.»

«Keinen Einfluss, nicht anders als vor OP, würde dies ev. bei einer anderen OP wieder verwenden.»

«Ich wurde entspannter und habe positive Gedanken mitgenommen.»

«Schön, dass die Schulmedizin auch solche Methoden anwendet»

«Ich war entspannt, insbesondere während der OP.»

«Ich finde diese Art der Unterstützung sehr positiv»

Schlussfolgerung

Aufgrund der positiven Rückmeldungen wurde das Projekt in den Tageskliniken für die ambulanten Patientinnen und Patienten ausgeweitet. Weiter werden Suggestionen auch auf der Augenklinik für Lidoperationen und der Neurochirurgie eingeführt. Die Rückmeldungen der Patientinnen und Patienten wurden in die Umsetzung auf den anderen Kliniken miteinbezogen, insbesondere der Wunsch von Musik nach der gesprochenen Suggestion und Noise Cancelling Kopfhörern.

¹ Fu, V. X., Sleurink, K. J., Janssen, J. C., Wijnhoven, B. P., Jeekel, J., & Klimek, M. (2021). Perception of auditory stimuli during general anesthesia and its effects on patient outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Canadian Journal of Anesthesia/Journal canadien d'anesthésie*, 68(8), 1231-1253. doi:10.1007/s12630-021-02015-0 ² Kühlmann, A., De Rooij, A., Kroese, L., van Dijk, M., Hunink, M., & Jeekel, J. (2018). Meta-analysis evaluating music interventions for anxiety and pain in surgery. *Journal of British Surgery*, 105(7), 773-783. doi:10.1002/bjs.10853 ³ Nowak, H., Zech, N., Asmussen, S., Rahmel, T., Tryba, M., Oprea, G., . . . Loeser, J. (2020). Effect of therapeutic suggestions during general anaesthesia on postoperative pain and opioid use: multicentre randomised controlled trial. *BMJ*, 371. doi:10.1136/bmj.m4284 ⁴ Valentine, K. E., Milling, L. S., Clark, L. J., & Moriarty, C. L. (2019). The efficacy of hypnosis as a treatment for anxiety: a meta-analysis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 67(3), 336-363. doi:10.1080/00207144.2019.1613863 ⁵ Garland, E. L., Baker, A. K., Larsen, P., Riquino, M. R., Priddy, S. E., Thomas, E., . . . Nakamura, Y. (2017). Randomized controlled trial of brief mindfulness training and hypnotic suggestion for acute pain relief in the hospital setting. *Journal of general internal medicine*, 32, 1106-1113. doi:10.1007/s11606-017-4116-9 ⁶ Wang, R., & Wang, Y. (2022). Non-pharmacologic approaches in preoperative anxiety, a comprehensive review. *Frontiers in Public Health*, 10, 854673. doi:10.3389/fpubh.2022.854673